

献立名 豚肉のレモン塩麴炒め (レモンと塩麴でさっぱりしたおいしさ)			
＜ひろしま給食メニュー認定基準＞ レモン塩麴ダレを使って炒める。			
材料	分量 4 人分	切り方等	作り方
豚肉スライス	400g	一口大	① フライパンに油を熱し、豚肉を炒める。 ② ①の肉の表面の色が変わったら、にんじん、ねぎ、タレを加え、具に火が通るまで炒める。
にんじん	小 1 本	細切り	
ねぎ	30g	小口切り	
炒め油	適量		
【レモン塩麴ダレ】			
塩麴	大さじ 4		
レモン汁	大さじ 4		
こしょう	少々		
にんにく	お好みで	すりおろす	